

Iedereen kan het verschil maken.

Trauma en veerkracht bij kinderen



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

1

Versterken van veerkracht staat centraal bij TSO

- Wat is veerkracht?
- Wat zijn de pijlers van veerkracht?
- Hoe vertaal je die naar de praktijk?
- Waarom is het zo belangrijk om de veerkracht van nieuwkomers te versterken?
- Wat kan jouw rol hierin zijn?



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

2



Jij kunt echt het verschil maken!

- Je hoeft geen therapeut te zijn om impact te hebben
- Wat jij vandaag doet, kan morgen een verschil maken
- Blijf kijken naar het kind achter het gedrag
- Kleine gebaren kunnen een leven veranderen
- Elke druppel telt!

Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

3

Waarom dit thema?

- Veel nieuwkomers hebben traumatische ervaringen meegemaakt
- School kan een veilige haven zijn
- Leerkrachten spelen een cruciale rol in veerkracht en herstel
- De interviews in mijn boek laten zien: iedereen kan het verschil maken!



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

4

Wat heb ik gedaan en waarom?

- Focus van individuele traumabehandeling naar vergroten veerkracht door de omgeving
 - ‘Zorgen voor getraumatiseerde kinderen’ (heet nu: Traumasensitief opvoeden en begeleiden)
 - ‘Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen’
 - Brede omgeving kan veerkracht vergroten
 - **Iedereen kan het verschil maken.**
- Trauma en veerkracht bij kinderen.*

Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

5

Boek

Lesgeven aan getraumatiseerde kinderen
2016 eerste druk
2021 volledige herziening
2024 12^e druk

Training

Traumasensitief onderwijs
2016
2022 onderzoeksverslag consortium
2022 volledige herziening

LinkedIngroep

Traumasensitief onderwijs, opvoeden & begeleiden
2016: 0 leden
2025: 20.000+ leden



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

6

Wat is veerkracht?



- In relatie tot zeer stressvolle gebeurtenissen of omstandigheden
- Geen karaktertrek of persoonlijke eigenschap; wel meer of minder aanleg;
- Op een positieve manier aanpassen en terugveren;
- Of zelfs groeien;
- Zo goed mogelijk aanboren van persoonlijke en omgevingshulpbronnen;
- Vaak is er een kantelpunt (“nu moet het anders”).

ens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

7

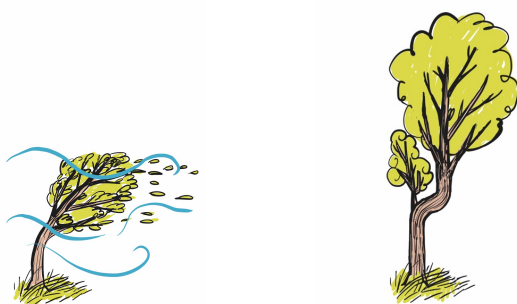
Veerkracht kan er verschillend uitzien



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

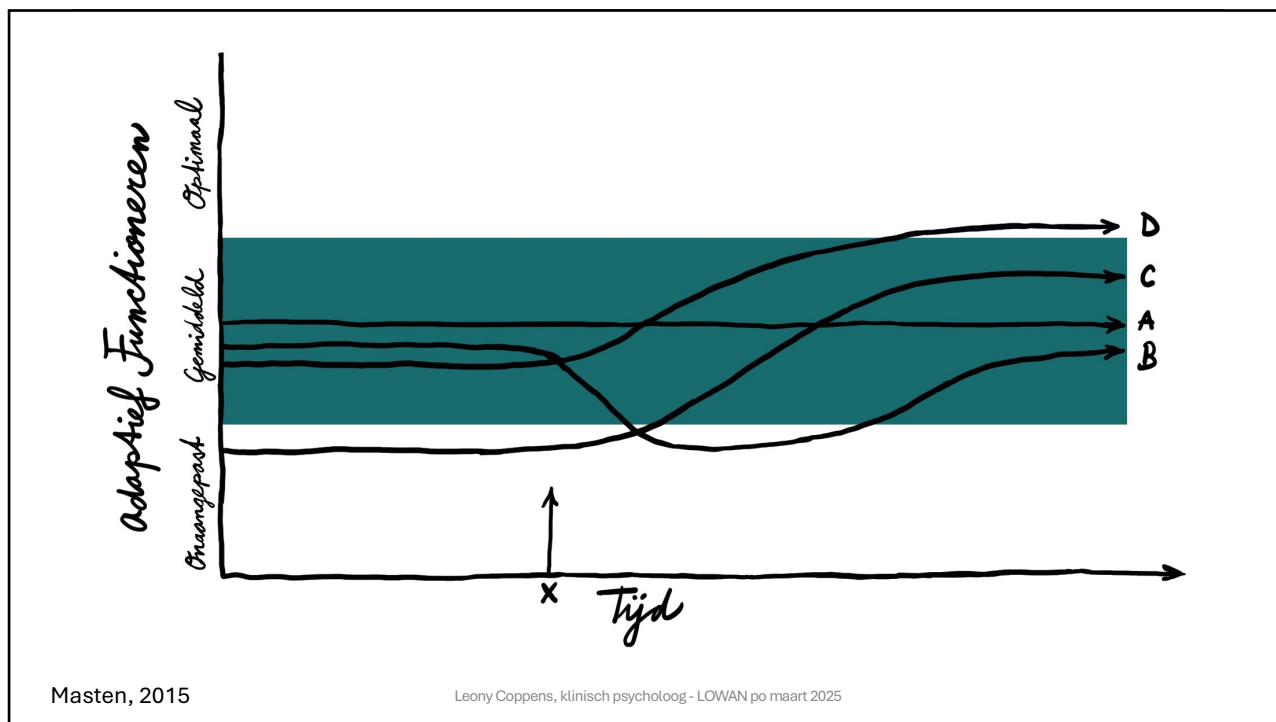
8

Veerkracht kan er verschillend uitzien



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

9



10

Wat heeft Lily meegemaakt?

- Onverwacht en ongewenst, tienerzwangerschap
- Emotionele verwaarlozing en mishandeling
- Fysieke verwaarlozing en mishandeling
- Moeder drugsproblemen
- Getuige dood broertje
- UHP 2x met grote culturele verschillen
- 26 jaar - therapie: er werd niet gevraagd dus ik heb niets verteld..

Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

11

Wat versterkte de veerkracht van Lily?

- Stabiel en liefdevol pleeggezin
- Pleegouders waren pleitbezorgers
- Schrijven (van korte briefjes tot 2 boeken en een opera)
- Erkenning (schrijf-)talent
- Vriendinnen

Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

12

Wat heeft Mohammed meegemaakt?

- Moeder kort na geboorte overleden
- Stiefmoeder verwaarloosde en mishandelde Mohammed (fysiek en emotioneel)
- Vader durfde hem niet te steunen
- Oorlog – opgepakt, in gevangenis – vlucht naar Jordanië
- Racisme, discriminatie en uitsluiting
- Opnieuw gevlucht: verleven in armoede en eenzaamheid in onbekend land (Turkije en Griekenland)
- Leven met onzekerheid, gebrek aan perspectief
- Culturele en taalbarrières
- Onzekere verblijfssituatie en stress over asielprocedure

Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

13

Wat versterkt(e) de veerkracht van Mohammed?

- Actieve copingstijl: actief op zoek gaan naar de oplossing van problemen, en doelen stellen voor houvast
- Kansen zien en grijpen
- Doorzettingsvermogen en discipline
- De wens om zich (breed) te blijven ontwikkelen
- Hulp durven vragen
- Geloof in God
- Onvoorwaardelijke (mentale en praktische) steun van de kapster bij wie hij werkervaring opdeed
- Met anderen zijn zorgt voor afleiding en een gevoel van verbinding
- Zijn zoontje (familieband)

Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

14

Wat heeft Kevin meegemaakt?

- Cerebrale Parese
- Moeder verstandelijke beperking en psychotische problematiek (schreeuwen – overlast voor burens, mes op keel, ..)
- Vader uit beeld vanaf zwangerschap; suicide
- Emotionele verwaarlozing
- Armoede; 'daar schaamde ik me meer voor dan voor mijn moeder'
- Vertrek zus; 'ik moet het alleen doen'

Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

15

Wat versterkte de veerkracht van Kevin?

- Fysiotherapeut
- Vrienden
- Sport
- Leraren
- Therapie (authentieke therapeut)

Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

16

4 pijlers waarlangs veerkracht versterkt wordt

1. Sociale steun
2. Een gevoel van controle en geloof in eigen kunnen
3. Zelfregulatie- en copingvaardigheden
4. Bronnen van geloof, culturele tradities, hoop en zingeving



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

17



1. Sociale steun

- Relaties met ondersteunende volwassenen
- Ergens bij horen
- Relaties met leeftijdgenoten/vriendschappen
- Erkenning voor wat je is overkomen

Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

18

Relaties met ondersteunende volwassenen

Mohammed

Barbera begrijpt me en geeft me een goed gevoel, waardoor ik haar vertrouw. Door haar heb ik geleerd dat ik niet iedereen hoeft te wantrouwen.



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

19

Relaties met ondersteunende volwassenen & erkenning voor wat je is overkomen

Kevin

Hij deed het écht voor mij. Bij hem stond de deur altijd open; ik voelde dat ik altijd binnen kon lopen en dan zei hij vriendelijk: "Ga even zitten dan kom ik zo bij je". Hij had door hoe uitdagend het voor me was, dat heeft heel veel voor mij betekend. Door kleine dingen liet hij me merken dat hij me serieus nam. Hij is nog altijd een groot voorbeeld voor mij.

Mohammed

Barbera begrijpt me en geeft me een goed gevoel, waardoor ik haar vertrouw. Door haar heb ik geleerd dat ik niet iedereen hoeft te wantrouwen.



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

20

Relaties maken het verschil

- Leerkrachten kunnen 'herstellende ervaringen' bieden
- Positieve relaties kunnen negatieve overtuigingen doorbreken
- Een kind dat afwijzing verwacht, moet leren dat het welkom is
- 'Jij doet ertoe' is de boodschap die elk kind nodig heeft

Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

21

Relaties opbouwen en sociale vaardigheden vergroten

- Bewust zijn van non-verbale communicatie
- Verwachtingen behouden
- Aansluiten bij talenten en interesses
- Oefenen met sociale vaardigheden

Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

22

Vriendschappen

Lily

Aan mijn vriendinnen van school kon ik alles kwijt, ook al wisten ze niet het hele verhaal, het maakte niet uit. Die vriendschappen zijn nu nog steeds sterk.



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

23

Vriendschappen & ergens bij horen

Kevin

Als ik met vrienden was, ontsnapte ik aan de realiteit van thuis. Toen ik achttien was ging ik uit huis, en maakte ik alles met mijn vrienden mee; samen ontdekten we de regels van het leven. Mijn vriendengroep is mijn vervangende familie.



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

24

Op welke manier heb
jij je (als kind of
volwassene) wel eens
gesteund gevoeld?



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

25

2. Een gevoel van controle en geloof in eigen kunnen

- Een gevoel van controle helpt stress te verlagen
- Vertrouwen in jezelf en in eigen kunnen
- Talenten ontwikkelen
- Bewegen, sport en creatieve expressie



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

26

Een gevoel van controle & talenten ontwikkelen & sport

Kevin

De eerste die in me opkomt is een fysiotherapeut van het revalidatiecentrum. We hadden altijd gesprekjes, gewoon over dingen die ik leuk vond. Hij vroeg wat anderen nooit vroegen: "Wat zou jij nou willen?" Daardoor voelde ik me veilig en gehoord. Dat ik ben gaan voetballen is héél belangrijk voor me geweest in m'n leven en dat kwam door hem.



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

27

Talenten ontwikkelen & creatieve expressie

Lily

Op het voortgezet onderwijs schreef ik een gedicht over mijn vader en toen werd ik met mijn ouders op school gevraagd. Mijn leerkracht was zelf dichter en hij zag het talent en vond dat ik daar iets mee moest doen. Dat heeft een hele positieve invloed op mij gehad.



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

28

Onzichtbare koffer

- Trauma vormt de overtuigingen en verwachtingen van kinderen:
- over zichzelf;
- over de anderen;
- over de wereld in het algemeen.



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

29

Youssef's geschiedenis

- Oorlog in zijn geboorteland (bominslagen, verwoestingen)
- Zijn huis is verwoest
- Vader werd opgepakt en is nooit teruggezien
- Samen met moeder en zusje gevlucht
- Maanden in vluchtenlingenkamp in Turkije
- Opnieuw gevaarlijke vlucht naar Nederland
- In Nederland in 3 verschillende opvanglocaties en scholen

Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

30

Youssef's gedrag

- Zit vaak stil aan zijn tafel
- Hij praat weinig
- Observeert vaak wat er om hem heen gebeurt
- Schrikt snel bij onverwachte gebeurtenissen en harde geluiden
- Klampt zich dan soms vast aan zijn vriendje Omar die ook Arabisch spreekt
- Lijkt vaak afwezig/onbereikbaar
- Reageert angstig op de gymmeester

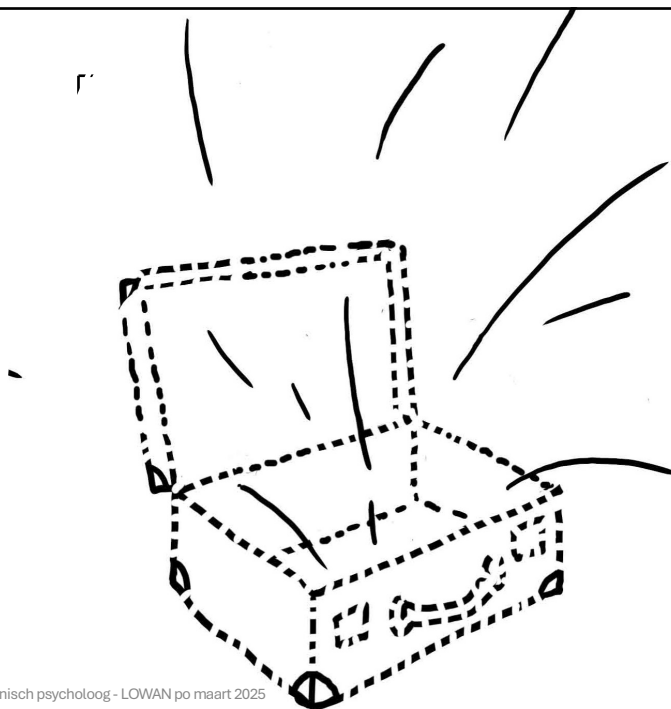
Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

31

Wat zit er in de koffer van Youssef?

Overtuigingen en verwachtingen over:

- zichzelf;
- anderen (die voor hem zorgen);
- de wereld in het algemeen.

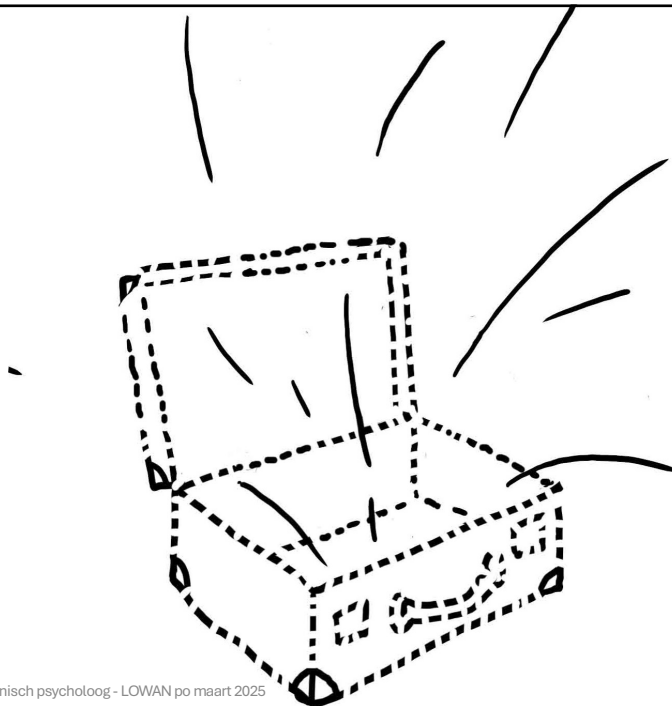


Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

32

Hoe kunnen we de koffer van Youssef opnieuw inpakken?

- Welke 2 overtuigingen of verwachtingen willen we als eerste zien opschuiven?
- Wat kan hij in plaats hiervan gaan geloven?
- Welke kleine dingen kunnen we doen om in deze positievere overtuigingen en verwachtingen te gaan geloven?



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

33

3. Zelfregulatie- en copingvaardigheden



- Kalme steunende reacties vanuit de omgeving; co-reguleren
- Zoveel mogelijk helpende manieren om met moeilijke situaties om te gaan
- Traumagerichte therapie

Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

34

Wees een co-regulator

- Wees mindful
- Leef je in in de gevoelens van je kind
- Sluit aan bij de behoeftes en gevoelens onder de oppervlakte
- Let op je non-verbale communicatie en toon



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

35



36



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

37

4. Bronnen van geloof, culturele tradities, hoop en zingeving

- Geloof en culturele tradities
- Hoop en zingeving
- Acceptatie en vergeving



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

38

Wat ga je vanaf a.s.
morgen (anders) doen?

Wat neem je mee van
deze presentatie?



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

39

Tot slot

- Deel je kennis en ervaringen met je collega's en laat je inspireren via de LinkedIngroep '**Traumasensitief onderwijs, opvoeding & begeleiding**'.



Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025

40



Dank voor jullie
aandacht!

E: info@leonycoppens.nl

W: www.leonycoppens.nl

W: www.TSOcongres.nl

Leony Coppens, klinisch psycholoog - LOWAN po maart 2025